

4.

Drishti : l'observation

15. Immobilité du phare, que la mer soit d'huile ou en tempête

La notion d'observateur est le fil qui unit les différents aspects du Védanta. Si l'on veut être solidement ancré dans la position de spectateur pour pouvoir regarder, immobile, les vagues et les marées de la mer mentale, il faut pouvoir prendre et maintenir une posture de témoin. Pour cela, la colonne doit jaillir complètement droite du triangle-support du bassin et des genoux comme un phare bien planté sur son îlot. La lumière en haut du phare correspond au troisième œil, et plus généralement au rayonnement de celui qui a une expérience intérieure suffisamment intense pour pouvoir éclairer les autres. L'escalier en colimaçon à l'intérieur du phare évoque *ida* et *pingala*, souvent représentés en train de s'enrouler en spirale autour de l'axe

central. Si l'on médite sur eux de cette façon, on induit une sensation de vertige (*ghurni* dans le shivaïsme du Cachemire) qui favorise la désidentification du vécu habituel du corps, désidentification que, dans la tradition soufie, Rûmi par exemple et ses successeurs mavlavis ont cherchée par la danse tournoyante. Les petites fenêtres le long du phare sont les *çakras* qui permettent à l'énergie ascendante de se manifester à l'extérieur.

Si les vagues évoquent l'instabilité habituelle du mental, les marées correspondent aux modifications plus durables de l'humeur. Les mouettes des pensées peuvent se reposer sur les vagues, mais ce n'est qu'un repos partiel, car elles guettent les poissons des désirs. Par contre, si elles se posent sur l'îlot, elles peuvent atteindre une immobilité plus complète et aller même jusqu'à disparaître en rentrant dans le phare.

La stabilité de l'observateur est bien décrite dans le titre qu'on donnait en Chine aux maîtres du bouddhisme ch'an, et qui précédait leur nom : moine-montagne. Il est de grands êtres qui sont des « towering personalities » comme disent les Anglais, des personnalités-phares pour leur époque. Ce n'est pas le gardien du phare ou celui qui en nettoie les escaliers qui profite de sa lumière, ce sont les marins sur les navires solitaires qui passent au large. De même, il ne faut pas

croire que ce soient obligatoirement ceux qui sont le plus proches physiquement d'un sage qui profitent et incarnent le mieux son enseignement. Par contre, ce peut être un solitaire qui ne passe voir ledit sage qu'une fois de temps à autre.

Certains phares ont un gardien, d'autres non. Dans l'hindouisme, on insiste sur l'observateur, et on dit donc que le phare a un gardien, dans le bouddhisme, on insiste sur le processus d'observation et on dit donc que le phare n'en a pas. Peu importe, l'essentiel est de savoir que le phare est là, présent, et qu'il est capable de guider contre vents et marées tous ces marins qui se lancent dans la grande traversée.

16. À l'arrêt, le paon déploie tous ses yeux

Nous en venons maintenant au cœur du yoga : à l'arrêt du mental, la conscience pure peut se déployer sans entraves, comme un paon qui fait la roue. Il n'y a pas d'autre voile sur la profondeur que les vaguelettes qui agitent sa surface sous formes de pensées et de sensations, on pourrait dire de pensées-sensations puisque les deux vont de pair, comme l'image d'un même objet qui bougerait entre deux miroirs face à face ; de même que les « yeux » du paon

sont en général cachés à l'intérieur de sa queue, de même la pure conscience est d'habitude masquée par l'agitation des activités extérieures et ne déploie sa « roue », *çakra*, pleinement que dans l'immobilité méditative.

Les yeux du paon sont sur ses plumes ; pareillement, notre conscience est répandue dans le corps vivifié par le « vent », c'est-à-dire la circulation du *prana*, des courants de sensations et d'énergie. Le paon est l'oiseau du paradis. Ce n'est pas étonnant puisque la capacité d'immobilisation dans le déploiement de la Conscience pure est inséparable de la capacité d'éprouver une félicité complète. Même dans l'expérience courante, l'éveil élémentaire de l'attention est lié à un petit mouvement respiratoire conscient, en quelque sorte juste le temps de faire « Ah ! » pour exprimer sa surprise.

Pour trouver l'expérience spirituelle juste, point n'est besoin de chercher « midi à quatorze heures ». Elle est là, à portée de main, dans l'instant présent, dans l'immobilité indéfiniment renouvelée de ce midi éternel, de cet instant qui semble bouger et pourtant ne bouge pas. Notre mental est fait de la substance du Soi comme le tourbillon est constitué d'eau. Quand le tourbillon s'arrête, il cesse d'exister et seule l'eau demeure en sa pure transparence.